

# Gegrillte Zucchini mit Topping

## Zutaten für vier Personen:

- Jeweils 200 g grüne/gelbe Zucchini
- Salz und Pfeffer
- 125 g große rote Paprikaschote
- 1 Knoblauchzehen
- ½ EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- ½ weiße Zwiebel
- ¼ Bund Oregano
- 50 g Ricotta
- 1 TL Ketchup
- ½ EL Ajvar
- ½ EL Milch



## Zubereitung:

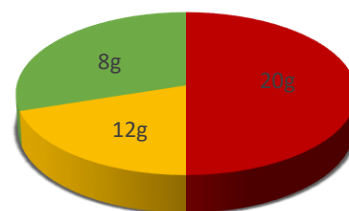
Gelbe und grüne Zucchini waschen, trocken, reiben, putzen, halbieren und Kerne mit Teelöffel herauschaben. Anschließend salzen, pfeffern und mit den Schnittflächen nach oben in eine große Pfanne legen und mit Olivenöl bestreichen für ca. 8 Minuten grillen, wenden und weitere 3–4 Minuten grillen.

Inzwischen die Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen, fein würfeln und in eine Schüssel geben. Knoblauch schälen und durch eine Knoblauchpresse dazu pressen. Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Oregano waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. Einige davon beiseitelegen, den Rest mit den Zwiebelwürfelchen in die Schüssel geben.

Ricotta, Ketchup und Ajvar zufügen. Alles mit der Milch cremig rühren. Salz und Pfeffer je nach Bedarf dazugeben. Gegrillte Zucchinihälften auf Teller legen. Das Ricotta-Topping darauf verteilen, mit restlichem Oregano bestreuen und sofort servieren.

**Kosten (pro Person):** ca. 1,60 €

**Nährwert:** 67 kcal pro Stück



■ Kohlenhydrate    ■ Eiweiß    ■ Fett